



Protocolo para Viagem (aérea ou terrestre):

1. Antes da viagem, organizar para levar consigo:
 - 1.1 Máscaras n95, tecido ou cirúrgicas. A troca das máscaras de tecido ou cirúrgicas deve ser realizada com maior frequência. Considere ter, pelo menos, três máscaras de reserva (podem ser tipo cirúrgicas);
 - 1.2 Embalagem identificada para colocar máscaras limpas e outro para máscaras sujas;
 - 1.3 Embalagem para colocar o protetor facial;
 - 1.4 Face shield ou protetor facial (pode ser higienizado e não precisa ser trocado durante a viagem);
 - 1.5 Suporte de álcool em gel 70% (álcool em spray não pode ser transportado nas aeronaves);
 - 1.6 Garrafa fechada de água;
 - 1.7 Alimentos para serem consumidos durante a viagem;
 - 1.8 Uma troca de roupas na mala de mão para serem imediatamente trocadas ao chegar ao destino;
 - 1.9 Escolher um vestuário prático para a viagem (babados, mangas bufantes, topes, calças pantalonas e vestidos longos devem ser evitados pois são passíveis de arraste em superfícies contaminadas). Prenda os cabelos e evite usar acessórios desnecessários (anéis, chapéus, brincos grandes, pulseiras, etc.).

2. Conduta durante o transporte:

2.1 Uso da Máscara: caso use a máscara n95, poderá fazer a utilização de uma mesma máscara em toda a viagem. Máscaras de tecido ou cirúrgicas devem ser trocadas a cada 3 horas ou a cada troca de veículo/aeronave. Aplique álcool gel 70% antes de retirar e recolocar a máscara. Manuseie apenas pelas tiras. Não toque na parte frontal da máscara. Coloque na embalagem de suporte, pois sua roupa ou outras superfícies poderão estar contaminadas;

2.2 Protetor facial: aplique álcool gel 70% para remover e recolocar o protetor caso precise remover a máscara ou se alimentar. Guarde provisoriamente na embalagem;

2.3 Aplique álcool gel 70% ao tocar superfícies possivelmente contaminadas como escadas rolantes, maçanetas, superfícies do banheiro;

2.4 Guarde os tickets de passagem separados em sua carteira (não aplique álcool ou pegue com as mãos sujas de álcool, pois o ticket ficará manchado);

2.5 Leve consigo sua alimentação, de preferência embalagens ou frutas fechadas e higienizadas. Escolha um local mais distante e vazio, remova a máscara seguindo o item 2.1, faça sua refeição e depois recolocar a máscara e o protetor facial. Caso precise usar restaurantes do aeroporto, pegue o alimento e busque um local isolado. A maioria dos restaurantes de aeroportos não estão cumprindo as regras de distanciamento nas mesas e não dispõem de álcool gel para descontaminação. Não faça refeições dentro das aeronaves ou ônibus. Caso precise mascar chiclete, coloque-o na boca antes de entrar no voo e engula depois (não, não vai ficar grudado dentro do estômago).

2.5 Caso precise ingerir líquidos durante a viagem: higienize com álcool gel 70% a borda de sua garrafa. Aguarde o momento em que todos estiverem de máscara, retire a sua (sem remover por completo o protetor facial) e beba o líquido. Higienize as mãos com álcool gel 70% e recolocar a máscara;

2.6 Evite levar as mãos aos olhos ou boca ou conversar com pessoas próximas a você. Não use bebedouros ou cafeteiras compartilhadas;

2.7 Não recomendamos a utilização de luvas, exceto em casos de dermatite ou sensibilidade ao álcool. As luvas criam uma ilusão de que as mãos estão limpas e há uma redução na frequência de descontaminação;

2.8 Sempre que possível, faça a lavagem das mãos. Molhe as mãos, aplique sabonete na palma da mão e fricção uma mão sobre a outra por 20 s. Aplique álcool gel 70%.

Equipe Guideliners

Recife, 24 de novembro de 2020.